



Universidad Autónoma
de Baja California

Licenciatura en
Actividad Física y Deporte

Plan de Estudios 2021-2



¿Cuál es la actividad profesional de quien tenga la Licenciatura en Actividad Física y Deporte?

Son profesionistas que tienen un amplio campo laboral en el ámbito de la salud, el deporte y la educación física. Uno de los caminos más comunes es convertirse en entrenadores personales o entrenadores deportivos, trabajando con individuos o equipos para mejorar su rendimiento físico y habilidades deportivas. También pueden desempeñar funciones en la preparación física y el acondicionamiento en equipos deportivos profesionales y colegiales.

Otro camino es el de la educación física, donde pueden trabajar como docentes en escuelas primarias y secundarias, ayudando a los estudiantes a desarrollar hábitos saludables de ejercicio y promoviendo la actividad física. Además, pueden convertirse en docentes de educación física en instituciones de educación superior, donde también pueden realizar investigaciones en el campo de la actividad física y el deporte.

Además, en el ámbito de la salud, pueden trabajar utilizando el ejercicio terapéutico para ayudar en la rehabilitación de pacientes. También pueden encontrar oportunidades en la gestión de instalaciones deportivas, el desarrollo de programas de bienestar corporativo y la consultoría en programas de acondicionamiento físico.



Universidad Autónoma
de Baja California

¿Cómo se estructura la formación profesional en la UABC?

El plan de estudios se estructura de tres etapas de formación:

La etapa básica contribuye a la formación elemental e integral estudiantil de las ciencias básicas con una orientación eminentemente formativa, para la adquisición de conocimientos de las diferentes disciplinas que promueven competencias contextualizadoras, metodológicas, instrumentales y cuantitativas; en la etapa disciplinaria se tiene la oportunidad de conocer, profundizar y enriquecerse de los conocimientos teórico-metodológicos y técnicos de la profesión orientados a un aprendizaje genérico del ejercicio profesional; en la etapa terminal se refuerzan los conocimientos teórico-instrumentales específicos; se incrementan los trabajos prácticos y se desarrolla la participación en el campo profesional, explorando las distintas orientaciones a través de la integración y aplicación de los conocimientos adquiridos para enriquecerse en áreas afines y distinguir los aspectos relevantes de las técnicas y procedimientos en la solución de problemas o generación de alternativas.



Acreditada por
COMACAF



Duración de 4 años



58 Asignaturas



349 Créditos
283 Obligatorios
66 Optativos



Movilidad estudiantil

Más de 65 años de experiencia formando profesionistas

Licenciatura en **Actividad Física y Deporte**



¿Cuál es el perfil que debo tener para ingresar a la Licenciatura en Actividad Física y Deporte?

Debe poseer las siguientes características:

Conocimientos generales en:

- ▶ Álgebra y aritmética
- ▶ Administración
- ▶ Biología
- ▶ Química

Habilidades:

- ▶ Analizar y sintetizar información
- ▶ Comunicarse eficazmente en forma oral y escrita
- ▶ Uso equipo de cómputo y manejo de plataformas digitales

Actitudes y valores:

- ▶ Interés vocacional hacia la arquitectura, el arte y la cultura
- ▶ Interés por el aprendizaje autónomo
- ▶ Disposición al trabajo en equipo
- ▶ Iniciativa y creatividad
- ▶ Crítica
- ▶ Proactiva
- ▶ Interés por la preservación de la salud
- ▶ Ética
- ▶ Responsabilidad
- ▶ Responsabilidad social
- ▶ Vocación de servicio
- ▶ Respeto al cuerpo humano y medio ambiente



¿Qué competencias voy a desarrollar?

- ▶ Diseñar y evaluar planes de entrenamiento a partir de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo y ciencias aplicadas al deporte, para promover el aprendizaje y maximizar el rendimiento deportivo, con objetividad, responsabilidad y respeto de la integridad física y socioemocional del individuo
- ▶ Analizar y aplicar conocimientos teóricos - prácticos de la educación física en la educación básica, mediante las corrientes pedagógicas y en apego a las políticas nacionales de educación y salud, para fomentar la práctica de la actividad física, la salud y la integración social, con disposición al trabajo interdisciplinario, empatía y tolerancia
- ▶ Diseñar e implementar programas de actividad física, ocio y ocupación del tiempo libre, a través del análisis de las necesidades del contexto, sus recursos y la promoción de la actividad física, para favorecer la calidad de vida de la población, con actitud analítica, creatividad y respeto al medio ambiente
- ▶ Prescribir ejercicio con base en un diagnóstico médico, recursos técnicos y físicos necesarios para la prevención o recuperación de la salud, con actitud analítica y responsabilidad social
- ▶ Desarrollar, gestionar y administrar proyectos de actividad física, deporte, ocio y tiempo libre, mediante la aplicación de las ciencias administrativas, para atender las problemáticas y demandas sociales, con actitud proactiva, innovadora y disposición al trabajo interdisciplinario

Licenciatura en **Actividad Física y Deporte**



¿Cuál será mi campo laboral?

Quien egrese del programa educativo Licenciatura en Actividad Física y Deporte podrá desempeñarse en:

Sector público:

- ▶ Institutos municipales, estatales, nacionales del deporte
- ▶ Centros de alto rendimiento
- ▶ Dependencias gubernamentales
- ▶ En los niveles educativos del sistema educativo municipal, estatal y federal, todos los niveles educativos
- ▶ Centros de Atención Múltiple
- ▶ Organizaciones No Gubernamentales
- ▶ Sistema de salud pública estatal y federal
- ▶ Centros de rehabilitación estatales
- ▶ Estancias Infantiles dependientes del sistema de salud

Sector privado:

- ▶ Clubes deportivos
- ▶ Deporte profesional
- ▶ Escuelas privadas en todos los niveles educativos
- ▶ Centros de rehabilitación
- ▶ Centros turísticos
- ▶ Sistemas de salud privados

Profesional independiente:

- ▶ Sector industrial (Prestación de servicios recreativos o deportivos)
- ▶ Entrenamiento personal
- ▶ Promoción deportiva
- ▶ Promoción recreativa y turística
- ▶ Promoción de la salud a través de la actividad física

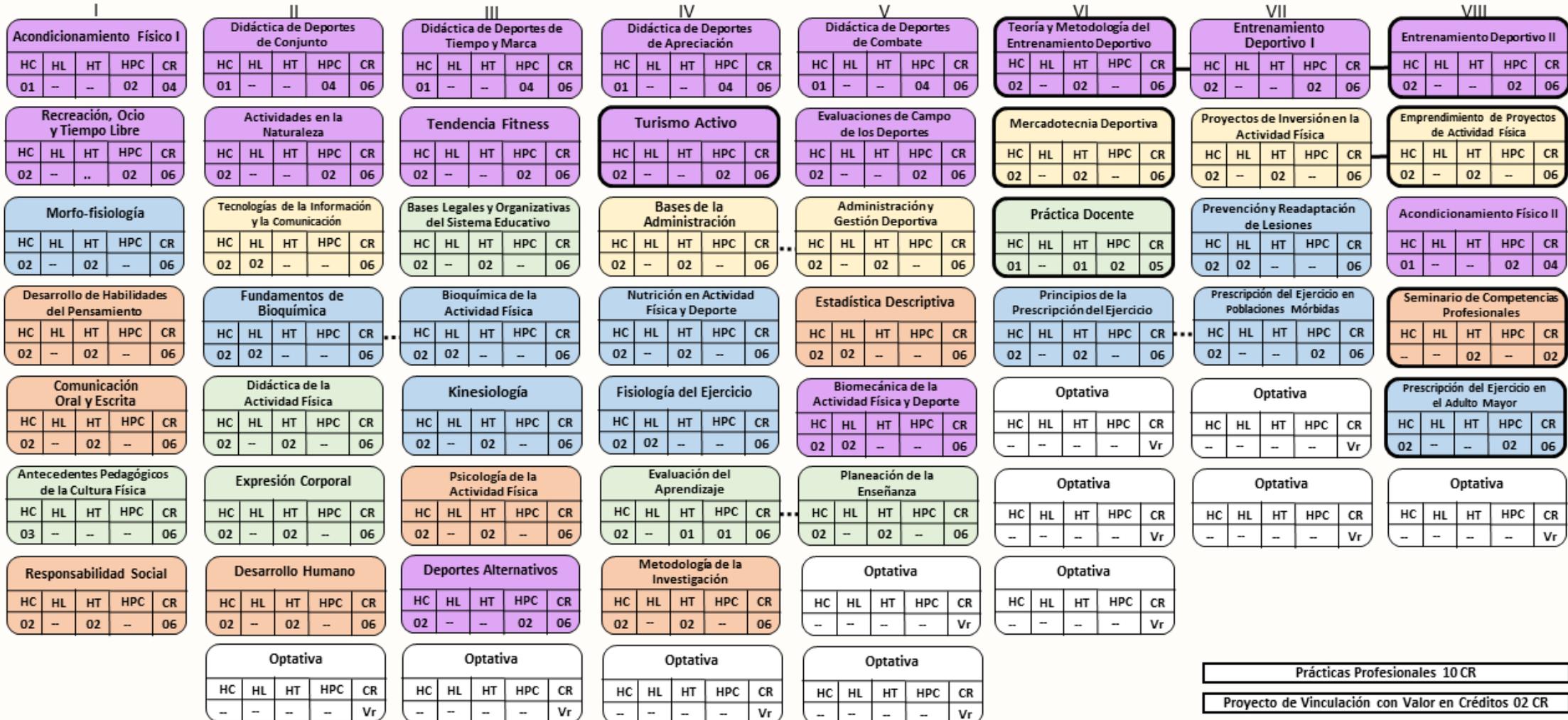


Mapa Curricular

ETAPA BÁSICA

ETAPA DISCIPLINARIA

ETAPA TERMINAL



ÁREAS DE CONOCIMIENTO



— Seriación obligatoria
 Seriación recomendada

Unidad de Aprendizaje Integradora

HC= HORAS CLASE
 HL= HORAS LABORATORIO
 HT= HORAS TALLER
 HPC= HORAS PRÁCTICA CAMPO
 CR= CRÉDITOS



Contacto

<https://facdeportes.uabc.mx/campusmexicali/>



<https://deportes.uabc.mx/Ensenada/>

<https://deportes.uabc.mx/Tijuana>

Facultad de Deportes, Mexicali
+52 (686) 689-0810 ext. 44601



Facultad de Deportes, Ensenada
+52 (646) 275-9232

Facultad de Deportes, Tijuana
+52 (664) 682-1013

POR LA REALIZACIÓN PLENA DEL SER